

## 第2回「北九州市健康づくり推進会議」 議事録

### 1 開催日時

令和7年11月18日(火) 18:30～19:55

### 2 開催場所

北九州市役所3階 大集会室

### 3 出席者等

(1)構成員(50 音順・敬称略、◎:座長、○:副座長)

有山構成員、池浦構成員、大河原構成員、小畑構成員、木庭構成員、田村構成員、筒井構成員、  
中島構成員、○永野構成員、◎濱寄構成員、眞崎構成員、松井構成員、安田構成員

(2)市関係者

保健福祉局、政策局、総務市民局、子ども家庭局、産業経済局、教育委員会

### 4 会議内容

(1)開会

(2)健康医療部長挨拶

(3)構成員紹介

(4)市職員紹介

(5)座長・副座長の選出

(6)議題

①情報提供

②第三次北九州市健康づくり推進プラン関連事業の実施状況

③取組紹介

(7)その他

(8)閉会

### 5 会議経過および発言内容

(1)開会

【事務局】

本日はお忙しい中ご出席いただき、誠にありがとうございます。只今から、第2回「北九州市健康づくり推進会議」を開会いたします。

私は、当会の座長が選出されるまで、進行役を務めさせていただきます、保健福祉局健康推進課健康づくり担当係長の久保でございます。どうぞよろしくお願いいたします。

開会にあたりまして、保健福祉局健康医療部長 小野よりご挨拶申し上げます。

## (2)健康医療部長挨拶

### 【健康医療部長】

「北九州市健康づくり推進会議」の開催にあたり、一言ご挨拶申し上げます。健康医療部長の小野でございます。昨日までと変わって寒くなりましたが、本日は皆様ご多忙の中お集まりいただき、誠にありがとうございます。

また、新たに構成員に就任された方につきましては、構成員就任をお引き受けいただき、改めて感謝申し上げます。

本会議は、「第三次北九州市健康づくり推進プラン」の進捗状況をご報告し、構成員の皆様から幅広いご意見を頂戴するとともに、本市の健康づくり施策等に関する意見交換を行うため、昨年度より開催しております。第1回につきましては悪天候のため書面開催でしたが、今回は初めて皆様と一堂に会して意見交換ができることを大変喜ばしく感じております。

さて、本年6月、北九州市の健康寿命の最新値(令和4年値)が発表されました。ご存じの方もいらっしゃると思いますが、男性が72.44年、女性が75.99年と、前回値(令和元年値)より延伸しております。ただし一方で平均寿命も健康寿命以上に伸びており、不健康な期間が前回より長くなっている状況です。

私共も健康寿命の更なる延伸と、不健康な期間の短縮、その両立を目指し、皆様とともに、健康づくりの取り組みを一層進めて参りたいと考えております。

本日は、プランの進捗とともに、今年度から開始した新たな事業、「ウーマンヘルスケアの推進」や、会場内にも実物の機械を置いています。「ベジチェック®を活用した野菜摂取の促進」等の取り組みについて、ご報告させていただきたいと思っております。

皆様には、それぞれのお立場から、日頃の活動や経験を通じた忌憚のない、ご意見を賜りたいと考えております。

北九州市の健康づくり施策を進めるにあたり、皆様の格別のお力添えをお願い申し上げまして、ご挨拶とさせていただきます。ありがとうございました。

## (3)構成員紹介

### 【事務局】

ありがとうございました。

会議次第に従いまして、構成員の皆様のご紹介をさせていただきます。「構成員名簿」をご覧ください。

本市の健康づくり施策等に対してより幅広いご意見をいただくため、新たに西南女学院大学の眞崎直子様に構成員にご就任いただきましたことをご報告させていただきます。後ほどご挨拶をしていただきます。

昨年度の会議が悪天候により書面会議となり、構成員の皆様が顔を合わせて議論いただくのは、本日が初めてとなるため、名簿の順にそれぞれ所属とお名前をお願いしたいと思います。着座のままで結構です。有山構成員よりお願いいたします。

### 【有山構成員】

皆様こんばんは。福岡県栄養士会の理事をしております、有山と申します。よろしくお願いいたします。

### 【池浦構成員】

こんばんは。北九州商工会議所女性会理事をしております、池浦と申します。

### 【小畑構成員】

皆様こんばんは。私は北九州市食生活改善推進員協議会の小畑と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

【木庭構成員】

こんばんは。私は北九州市健康づくり推進員の会の会長をしております、木庭と申します。よろしくお願いいたします。

【田村構成員】

こんばんは。私は北九州市のZ世代課パートナーズの田村と申します。よろしくお願いいたします。

【筒井構成員】

皆様こんばんは。福岡産業保健総合支援センター所長の筒井です。よろしくお願いいたします。

【中島構成員】

皆様こんばんは。北九州市歯科医師会の理事をしております、中島と申します。よろしくお願いいたします。

【永野構成員】

こんばんは。福岡県理学療法士会の理事を拝命しております、永野と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

【濱寄構成員】

九州女子大学の栄養学科で教員をしております、濱寄と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

【眞崎構成員】

皆様こんばんは。西南女学院大学の眞崎直子と申します。このたび構成員を引き受けさせていただきました。よろしくお願いいたします。

【松井構成員】

北九州市医師会の理事をしております、松井と申します。よろしくお願いいたします。

【安田構成員】

北九州市薬剤師会の副会長をしております、安田です。よろしくお願いいたします。

【事務局】

ありがとうございました。

なお、大河原構成員は到着が遅れておりますが、ご出席されます。

(4)市職員紹介

【事務局】

続きまして、本日出席の市職員を紹介させていただきます。「市職員出席者名簿」をご覧ください。

本日は、この名簿での紹介とさせていただきます。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

次に、当会議の「会議の公開」について説明させていただきます。「北九州市健康づくり推進会議開催要綱」をご覧ください。第7条に記載してありますように、この会議は原則として「公開」とさせていただきたいと思っております。また、会議録は市のホームページに掲載させていただきますので、ご了承ください。

(5)座長・副座長の選出

【事務局】

第1回目会議が書面会議となったため、本日、「座長・副座長の選出」を行わせていただきます。

座長・副座長の選出につきましては、「北九州市健康づくり推進会議開催要綱」第6条の規定により、構成員の互選によることとなっています。

それでは、まず、座長について、どなたかご推薦などございませんでしょうか。

【木庭構成員】

はい。

【事務局】

木庭構成員、お願いします。

【木庭構成員】

座長ですが、このプラン(第三次北九州市健康づくり推進プラン)の策定会議の副座長をされていた九州女学大学の濱寄構成員を推薦いたします。

【事務局】

ありがとうございます。ただいま木庭構成員より、座長に濱寄構成員をとのご推薦がございましたが、皆様いかがでしょうか。よろしければ、拍手でご承認をお願いいたします。

【全構成員】

(異議なしの拍手)

【事務局】

ご異議がございませんでしたので、座長は濱寄構成員に決定させていただきます。

続きまして、副座長について、どなたかご推薦などございませんでしょうか。

【濱寄構成員(座長)】

はい。

【事務局】

では、濱寄座長、どうぞ。

【濱寄構成員(座長)】

副座長には、永野構成員を推薦いたします。

【事務局】

ただいま濱寄座長より、副座長に永野構成員をとのご推薦がございましたが、皆様いかがでしょうか。よろしければ、拍手でお願いいたします。

【全構成員】

(異議なしの拍手)

【事務局】

ご異議がございませんでしたので、副座長は永野構成員に決定させていただきます。

それでは、濱寄座長、永野副座長には、それぞれ座長席・副座長席へご移動願います。その後、一言ご挨拶をお願いできますでしょうか。

【濱寄構成員(座長)】

改めまして、九州女子大学の濱寄と申します。先ほどご紹介していただいたように、第三次北九州健康づくり推進プラン作成の時から参加させていただきました。

本日は短い時間ですけれども、ぜひ闊達なご意見をお願いしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

【永野構成員(副座長)】

副座長を拝命いたしました福岡県理学療法士会の永野と申します。

どうぞよろしくお願いいたします。

【事務局】

ありがとうございます。ここからの議事進行につきましては、濱寄座長にお願いいたします。

## (5)議題

### 議題①情報提供

#### 【濱崎構成員(座長)】

それでは、議事を進めて参りたいと思います。

「議題(1) 情報提供」について、前回会議は書面会議となりましたが、構成員の方々からいただいたご意見等について事務局から説明をお願いします。

#### 【事務局】

それでは資料1-1と資料1-2の説明をさせていただきます。

資料1-1をご覧ください。

これは前回書面会議で皆様方からいただいた意見です。簡単に説明をしたいと思います。

まず、健康寿命について、福岡県の健康寿命(令和4年値)が全国的にも下位の方にあり、もう少し健康に対する注目度を上げるための取組みが必要なのではないかという意見をいただきました。福岡県の健康寿命(令和4年値)は男性・女性ともに47都道府県中30位代(男性32位、女性35位)と下位の方にいるところ です。

それから「第三次北九州市健康づくり推進プラン」の関連事業・関連指標について、まずは朝食の欠食をなくすことを重点的に置いてみてはどうかという意見や、高血圧や肥満、特定健診・がん検診の受診率向上についての取組みをしてはどうかという意見をいただきました。

市の取組みでは、歯科・口腔保健に関して、若年層の歯科検診の受診率が低い、そもそも歯科検診の認知度が低い ため、若年層や児童への指導が必要ではないだろうかという意見がありました。

また、中小企業における歯科検診の実施等、職域での歯科検診受診促進の取組みが大事ではないかという意見をいただいています。

栄養・食生活については、やはり小・中学生は保護者へ向けた取組みが重要だという意見や、若い世代へ向けた大学等と連携した取組みを実施してはどうかという意見をいただきました。

それと、口腔機能と栄養の関係をしっかり伝えるべきではないかという意見もありました。

身体活動・運動については、身体活動が大事と分かっているても若年層や働く世代はなかなか運動する時間が取れないので、アプリ等を活用したインセンティブ等を導入してはどうかという意見がありました。

特定健診やがん検診の受診率向上については、受診によるインセンティブなども考えてはどうかという意見をいただいています。

働く世代の健康づくりについては、後ほど市の取組みを説明しますが、企業での健康講座の実施をしてはどうかという意見や、「健康経営」を知らない方がいるため、働く世代の健康づくりの取組みがなかなか進まないのではないかという意見がありました。

また、理学療法士会様から、企業への支援事業にも取り組まれているとお聞きしたので、市とも事業場の健康づくりにおいて連携ができないかご相談をさせていただいているところ です。

女性の健康づくりについては、これも後ほど取組みの紹介をさせていただきますが、女性が多く集まる場所などでイベントを行ってはどうかという意見がありました。

若年層(10代)の健康づくりについては、保護者への働きかけが重要であるという意見や、月経困難症や子宮頸がん予防の啓発が必要ではないかという意見をいただいています。

また、市全体の健康づくりの機運を醸成するために、健康づくりに関するイベントをもっと増やしていくことが大事ではないかという意見がありました。

この会議の構成員の皆様や、健康づくり活動をしている各団体と市の連携も非常に大事な ので、そのよ

うな団体の方や、市民にしっかり周知していくことが大事だという意見をいただいております。

その他、健康増進支援薬局の取組みが本事業と重なっている部分もあり、薬剤師の方は地域の健康づくりとも密接に関わっていますので、今後市の健康づくりとも協働できればと考えています。

市の情報発信について、若い世代に対しては、Instagram や X 等の媒体を用いて目を引くような取組みや影響力のある方による発信を進めていければと思っております。市でも公式LINE等を運用していますが、認知度がなかなか低く、発信力の強化も重要であるという意見をいただきました。

健康づくりを自分ごととして捉えていただくための方策として、自主的に地域で健康づくり活動を進めている方も多くいますので、市からこのような方々を支援することも必要だと思いますし、働く世代の健康づくりと関わる「健康経営」はトップダウンが大事だと認識しております。

また、市職員自ら健康づくりについて発信したり、高齢者の方から過去の経験を踏まえた意見などを発信するのはどうかという意見もありました。

構成団体の取組紹介については、福岡産業保健総合支援センター様から、治療と仕事の両立支援をもっと普及させたいという意見もいただいています。確かに今後労働力が高齢化していくことが予想されるので、がんに罹患した方が治療しながら仕事を続けるための両立支援も重要になってくると考えられます。

また、北九州市医師会様より、令和7年3月に、市民健康セミナーを実施していただいています。毎年開催されていますので、今後も市と連携できればと考えております。

最後、その他の意見ですが、市民が日常生活の中で必ず訪れるような身近な場所で声かけや資料配布をしていくことが、無関心層への働きかけには大事ではないかという意見をいただきました。[資料1-1](#)の説明は以上となります。

次に、[資料1-2](#)について説明させていただきます。

([資料1-2](#):1ページ目)北九州市の健康寿命(全国平均値との比較)のグラフについて、左側のグラフが男性、右側が女性になりますが、基本的に健康寿命は延伸傾向であり、これは全国的にも同じ傾向です。

北九州市の男性の健康寿命は、政令市順位が前回(令和元年)18位から今回(令和4年)は12位になりまして、北九州市の女性の健康寿命の政令市順位は前回(令和元年)5位から今回(令和4年)6位という結果になっています。

全国的に最新の令和4年値は新型コロナウイルス感染症の影響を受けて短くなっているところも多くありましたが、北九州市においては延伸しているという状況です。

([資料1-2](#):2ページ目)不健康な期間(平均寿命と健康寿命の差)については、この期間を可能な限り短縮していくことを目指していますが、北九州市の令和4年値については健康寿命が延びた一方で平均寿命の延びもさらに大きかったため、結果として不健康な期間が拡大しているという結果になっています。

今回の傾向については捉え方が難しいところですが、健康寿命は前回(令和元年)より延伸しているという状況です。

([資料1-2](#):3ページ目)健康寿命の政令市比較について、北九州市の男性順位(令和4年)は12位、女性順位(令和4年)は6位になっています。

上位10位以内の政令市は毎回同じ市が上位にくる傾向にあります。たとえば女性の健康寿命では今回(令和4年)福岡市が2位になっていますが、前回(令和元年)が18位、前々回(平成28年)が4位と、変動も大きく捉え方が難しいところではあります。市としては健康寿命をこれからも伸ばしていくことが目標だと考えております。

情報提供について、[資料1-1](#)、[資料1-2](#)の説明は以上です。

【濱崎構成員(座長)】

ただいま、議題(1)について事務局より説明がありましたが、ご意見・ご質問等がございましたらお願いいたします。

【永野構成員(副座長)】

福岡県理学療法士会の永野と申します。

先ほどご紹介いただきましたように、福岡県理学療法士会では、健康促進支援事業という形で令和6年度、令和7年度、そして来年度の令和8年度も予定していますが、企業に赴いて運動指導をさせていただいております。

令和6年度の実績として、企業3社に伺いまして、経営向けの運動指導を行い、令和7年度においては、体力測定を行う中での運動指導等を実施しております。

令和8年度に向けては、さらに障害者の就労支援事業がありますので、そういった障害者の就労支援も含めた、運動指導や支援という形で事業の企画をさせていただいております。

合わせますと、延べ5社から6社ほど、令和6年度から活動させていただいておりますので、追加の情報としてお話をさせていただきました。

【濱崎構成員(座長)】

ありがとうございます。他、ご意見やご質問等はよろしいでしょうか。

(意見なし)

それでは、特にご質問等なければ次の議題に進みたいと思います。

#### 議題②第三次北九州市健康づくり推進プラン関連事業の実施状況

【濱崎構成員(座長)】

「議題(2)第三次北九州市健康づくり推進プラン関連事業の実施状況」について、事務局から説明をお願いします。

【事務局】

続きまして資料2-1、資料2-2、資料2-3の説明をさせていただきます。

内容が細かくなりますので、主に要点について説明をいたします。

資料2-1について、第三次北九州市健康づくり推進プランの中に関連事業があり、それぞれの事業概要や目標、成果指標、令和6年度の取組み実績、担当部署等を基本施策ごとにまとめて2ページ以降で紹介しています。

次に資料2-2をご覧ください。

1ページ目がプランの施策ごとの指標の数になります。

2ページ目以降は、指標ごとにベースライン値と、最新値(令和6年度)、目標値、算出の根拠となるデータソースを示しています。

たとえば健診に関する指標では毎年データが取得できますが、他の指標の中には数年に一度実態調査を実施し、その結果によって指標の達成状況を判定するものもありますので、今回の最新値は令和6年度の値が明らかになっているものを記載しています。

黒塗りの欄は、今後アンケート調査等で進捗を確認していく予定です。

次に、資料2-3をご覧ください。

これが第三次北九州市健康づくり推進プランの関連指標の推移となります。水色(前年度より改善)と黄色(前年度より悪化)で色分けして、項目ごとに前年度との比較をしています。

栄養・食生活の項目について、特に小学生・中学生の適正体重を維持している者の割合や、身体活動・

運動をしている者の割合、歯・口腔の健康に関連した指標について、すぐに取組みの結果が出る訳ではないので、前年度より数値が悪化しているところも散見されています。

ただ、たとえば1ページ目の「むし歯の減少」について、ベースライン値と比較するとむし歯のない子どもの割合は改善傾向です。

それから、2ページ目の「健診受診」や「生活習慣病の発症予防」の項目について、健診の受診率や特定保健指導の実施率は政令市間の比較ではあまり低い方ではありませんが、特定健診の受診率の最新値(令和6年度)は34.8%と前年度の値(令和5年度:35.6%)より少し下がっていました。

指標それぞれについての、微増・微減については分析が難しいところですが、プランに沿った関連事業と指標の推移についての説明は以上になります。

【濱寄構成員(座長)】

ただいま、「プランの関連事業と指標の状況」について事務局より説明がありましたが、ご意見・ご質問等ありましたらお願いいたします。

(意見なし)

特にご質問等がなければ、次の議題に進みたいと思います。

### 議題③取組紹介

【濱寄構成員(座長)】

先程の事業一覧において、本プランを推進するための新たな取組みなどについて、事務局から説明をお願いします。

【事務局】

北九州市の健康課題を踏まえて、健康づくり推進プランの目標達成に向けて、新たに取り組んでいる3つの事業について、事業の担当係長より、ご紹介させていただきます。着座にて失礼いたします。

#### 働く世代の健康づくり 地域・職域連携の推進(No.117)

資料3(1)をご覧ください。

まず、事業No.117「働き世代の健康づくり 地域・職域連携の推進」についてご説明させていただきます。

本事業については、前回会議資料でも取り上げていましたが、具体的な動きが始まりましたので、取組みを中心にご紹介させていただきます。

資料3(1)2枚目をご覧ください。

第三次北九州市健康づくり推進プランの強化ターゲットである就労世代は仕事や子育てに忙しく、市からアプローチしづらいという課題がこれまでございました。

そのため、個々の企業で健康経営の推進という視点で取組みを進めるため、まず、昨年7月に、地域保健と職域保健の関係者で構成する「働く世代の健康づくり推進会議」を設置して、地域の健康課題や各団体の取組み等の共有を行いました。

次に、市内企業における健康づくりの取組状況や課題を確認するため、「企業の健康づくり実態調査」を実施し、課題を整理して、令和7年2月の会議の中でも結果を共有し、次年度の取組みの検討を行いました。

調査で明らかになった課題については、資料3(1)2枚目(カラー図)の中ほどに記載しております。本日は時間もないので説明は割愛させていただきます。

本年度につきましては、課題解決に向けた取組みを展開しています。令和7年度の実施内容をご紹介します。



まず、がん検診の受診促進および企業における健康経営の認知度向上を図るため、本日お配りしているリーフレット・チラシを作成いたしました。

6月に一般社団法人生命保険協会の会員である生命保険会社7団体で構成する「普及啓発部会」を設置し、部会構成団体と「働く世代の健康づくり推進会議」の12団体が中心となり、就労世代や企業の経営者等に対して、リーフレットを活用した健(検)診の受診促進、および健康経営の推進に関する普及啓発を行っていただいております。今年度の主な取組みは以上となります。

この事業の主なKPIは、目指す姿として資料3(1)2枚目の下部に書いてある通りです。

今後、様々な団体と協働し、就労世代の健康づくりに取り組んで参りたいと思っております。

#### 女性の健康にやさしい社会づくりに向けたウーマンヘルスケア推進事業(事業 No.125)

続きまして、令和7年度新規事業の「女性の健康にやさしい社会づくりに向けたウーマンヘルスケア推進事業」についてご説明をさせていただきます。

資料3(2)をご覧ください。

この事業の趣旨ですが、女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごすためには、生活の場を通じて、女性の様々な健康課題を社会全体で総合的に支援することが必要です。

女性はライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化することから、人生の各段階で、女性の健康課題の解決に取り組む必要がございます。

このため、北九州市医師会や北九州商工会議所などのステークホルダーと連携・協働しながら、女性自身のヘルスリテラシーの向上および健康経営の視点で、女性の健康に配慮した職場環境推進の取組みなどを進めております。

実施内容ですが、取組みの柱が2つございます。

一つ目が、女性自身の健康への関心とリテラシーの向上ということで、若年層に向けた取組みになります。

まず、高校・大学向け出張トークということで、高校や大学等に婦人科の医師を派遣して、月経に関する正しい知識や対処方法などを伝える取組みです。

今年度、九州国際大学附属高校、産業医科大学の看護学生、九州栄養福祉大学、九州工業大学の4校で実施予定となっております。

二つ目が、イベント等での普及啓発ということで、10月に北九州市で開催されました「東京ガールズコレクション」。若い10代、20代の女性が多く集まる場で月経随伴症状や若い女性の「やせ」の問題を取り上げて啓発しました。

そして、今週末の11月23日・24日に開催される「YOBO万博」。こちらは資料の最後に添付しているチラシをご覧ください。

北九州国際会議場にて開催予定で、11月23日の16時から、市長や予防医療普及協会の理事の堀江貴文さん、それからタレントの中上真亜子さんが来られ、女性の健康をテーマにトークセッションを行う予定になっています。

このトークセッションの中で、職場環境の推進ということで、新しく作成した「はたらく×生理」ハンドブックを会場にて配布し、生理に伴う困りごとを抱えながら働いている女性についての実態や解決のための取組みについて、周囲の理解促進・普及啓発を進めて参ります。

そして三つ目が、民間事業所と連携したがん検診です。

ドラッグストア等の駐車場で、休日に乳がん検診や骨粗しょう症検診等を4回ほど年度内に実施する予定です。

取組みの2本目の柱、「女性の健康に配慮した職場環境の推進」ですが、働く女性の健康課題解決に向

けて、小規模事業場の経営者と働く女性を対象に月経随伴症状に関する困りごとについてアンケート調査を行い、その結果をもとに効果的な広報・啓発を実施するものです。

実態調査は、市内の小規模事業場の経営者500名、そこで働く女性1,500名を対象に行いました。

その調査結果から、市独自の啓発材料「生理のお悩みあるあるリスト」や「アクションリスト」等を作成しました。そして、それらを中心に啓発資材を制作し、企業の経営者様に対して、様々な媒体により周知・啓発を行っていく予定です。

配布しているリーフレットや動画も近日公開予定となっております。

これらを事業所に送付する他、テレビCMやJAMビジョン等、様々な媒体で広報して参ります。

KPIについては「健康経営を推進する市内企業の増加」、「女性の健康保持・増進に向けた取組みを行う事業所の増加」などを目標にしています。

#### みんなでベジチェック®1万人プロジェクト(事業 No.11)

続きまして、「みんなでベジチェック®1万人プロジェクト」について説明させていただきます。[資料3\(3\)](#)をご覧ください。

本日、受付のテーブルに、推定野菜摂取指標を数値化する機器「ベジチェック®」を置いていましたが、測定の体験をされた構成員の方はいらっしゃいますか。

当事業は、協力団体と連携し、市内の様々な場所で、このベジチェック®の機器を用いて測定会を実施し、野菜の摂取量を考えるきっかけとするとともに、野菜摂取の促進を図ることを目的としております。

[資料3\(3\)](#)の2枚目をご覧ください。

国が、成人の1日あたりの野菜摂取目標量を350グラムと定めています。

福岡県の実施した「令和4年県民健康づくり実態調査」の結果によると、すべての年代で1日あたりの野菜摂取量が目標量を超えていない状況です。

また、本市で実施した「令和4年度北九州市健康づくり及び食育に関する実態調査」で、合計350グラムとなる野菜料理の図を見ていただき、自己申告で「1日の350グラム(目標摂取量)以上の野菜を食べていると思いますか?」とたずねたところ、「食べていると思う」と回答した方は12.8%となっています。

本市が取り組んでいる健康課題解決のためには、生活習慣の改善、中でも食習慣の改善が重要であると考えております。特に野菜の摂取は、高血圧や糖尿病などの生活習慣病予防、体重のコントロールなどの効果が期待されます。

野菜を「食べなければならない食品」の位置付けとしてだけではなく、野菜には様々な栄養素があること、彩り、食感や季節を感じ、楽しみながらおいしい野菜をたくさん食べて欲しいという思いを込めて、ベジチェック®の測定結果票のチラシには鎌田實先生と市内の野菜ソムリエ・白木氏のコメントを掲載しています。

今年の5月末よりスタートした当事業は、カゴメ株式会社様が保有するベジチェック®を市で2台リースし、同様にリースを行っている生命保険会社様とともに、市内の栄養士養成大学や地域ボランティアの協力のもと、測定会を実施しています。

測定場所は、健診機関、企業、市が実施する各種講座やイベント、市内の高校・大学などの学園祭等で行っております。

広く市民が測定できるイベントなどについては、適宜市のホームページなどで紹介を行っており、測定者数については、9月末の時点で10,756人となっております。現在も、測定体験者は増加をしています。

測定をして、野菜の摂取量を考えるとともに、野菜の摂取量の促進、また、食生活の改善を図っていきたいと思います。

## 総括

以上三点、説明をさせていただきました。

健康経営については、市もこれまで国民健康保険の加入者や地域の方へのアプローチをして参りましたが、なかなか働く世代の方へのアプローチができていませんでした。働いている方に、健康づくりに取り組んでもらうためにどうしたらいいかと考えたとき、やはり働く世代の方にとって一番身近な場所である会社で、健康関連の取組みを行っていただくことが最も届きやすいだろうということで、健康経営を推進していると考えています。

会社で検診の受診率が向上するような取組みや、「運動のために階段を使いましょう」という呼びかけや、禁煙等に取り組んでいただくことが一番効果的だろうということで、商工会議所様や他関係団体と連携しながら実施しているところです。

個々の会社に市からはなかなかアプローチができないため、生命保険会社様に各企業を訪問していただいて、直接経営者や従業員への働きかけをお願いしています。

このように、個別の企業の働きかけには、生命保険会社や産業医の方の力も借りながら、啓発をしたいと考えているところです。

女性の健康づくりの取組みについては、「はたらく×生理」ハンドブックにもあるように、働く女性にとって一番の健康課題は月経随伴症状となっています。

必ず月に1回、程度の差こそありますが、痛みや症状を感じられている方が多くいますので、しっかりと取り組むべき見過ごせない問題だと考え、ハンドブックを制作しました。

できるだけ中小企業の経営者が取り組みやすいものを、という点を念頭に置いていますので、大企業では婦人科受診費用の助成等を実施しているところもありますが、お金を使わなくてもすぐに始められるような取組みをアクションリストとしてまとめています。このハンドブックも、生命保険会社等のお力も借りながら、各企業に周知して参りたいと思います。また、15分尺の研修用動画も制作していますので、一度会社の研修等で見てもらえるよう広報・啓発を実施していきたいと思っています。

ベジチェック®については、既に体験された方もいるかと思いますが、しっかりと数値で野菜の摂取量を「見える化」して、他の方とも話題にしたりしながら、どれくらい野菜が摂れているかということを印象づけるきっかけになっています。非常に評判が良く、1万人プロジェクトという形で取り組んでいるところです。引き続き、市民の方の印象に残り、野菜の摂取量を考えるきっかけになるような取組みをしながら、健康づくりの機運を醸成して参りたいと思っています。

【濱寄構成員(座長)】

事務局より説明のありました取組みについて、ご意見・ご質問等ありましたらお願いいたします。

【有山構成員】

福岡県栄養士会の有山です。ベジチェック®の件ですが、栄養士会のイベント等でベジチェック®を設置すると行列ができるくらい皆さん関心を持って野菜摂取量を測ってくれたり、栄養士会としてもその結果をもとに指導をしたり相談を受けたりすることに繋がられると思います。

ところが、このベジチェック®の機器をレンタルするときにお金の面の問題があったり、生命保険会社様からもお借りできるとのことでしたが主催者様との兼ね合いでなかなか会社からレンタルすることが難しい場合もあるので、市からお借りできて大変助かっています。そのため、この取組みについて来年度以降も継続されるのかお聞きしたいと思います。ぜひ継続していただけたらありがたいです。

【事務局】

ベジチェック®につきましては今年度、北九州は2台あり、生命保険会社様でも複数台保有していますが、

おっしゃる通り、借りる際には任意となりますがアンケートへの回答があったり個人情報の取扱い等により抵抗がある方もおられると思います。

まだ予算要求段階なので確定はしていませんが、もう一台ベジチェック®の台数を増やしたいと思っています。

今年度も、健診機関や大学等、色々な場所でも活用いただきました。

北九州市医師会様からも「来年度保健指導等でも活用できないか」とご意見・ご要望をいただいていますので、来年度もう一台増やせるように進めているところです。

【濱寄構成員(座長)】

他にご意見・ご質問等はございませんでしょうか。

【眞崎構成員】

ありがとうございました。西南女学院大学の眞崎です。今回、会議に初めて参加させていただきましたが、北九州市さんが健康づくりを3つの柱で、具体的な取組みをされているということに感動しました。

健康寿命を延ばしていくには、環境を変えていくことが重要と言われる中で、先取りした取組みをしていると感じました。

特に職域との連携について、よく工夫されていると思います。私も4月から北九州市に来ましたが、すごく元気な街だなと思っています。働く方々の活気があり、その力を皆さんに健康の方も向けてもらえるような取組みだと感じました。

その中で、職域の部分と、これまで健康づくり推進員の方等が地域で進められている健康づくりの部分と、少しずつ協働しながら進めていければ良いと思っています。

たとえばどれくらいの企業が健康づくりに取り組んでいるかマッピングで地域の社会資源のデータとして「見える化」したり、ベジチェック®等もそうですが実際に市民の皆様一人一人の健康が今どのぐらいの段階にあるのかということを実感できるきっかけがあれば、なかなか行動変容に繋がらない方々に対しても後押しになると思いますし、周りで支援をする方の力にもなるのではないかと思います。ぜひ取組みを続けていただければと思っています。

また、本学も来年度地域全体に向けての取組みとして、ベジチェック®等色々な取組みができればと思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。他、ご意見等はございませんでしょうか。

(意見なし)

意見交換

【濱寄構成員(座長)】

それではせっかくの機会ですので、事務局から説明のあった事業に限らず、構成員の方々も健康づくりの取組みなどがあれば、情報提供をお願いしたいと思います。また、北九州市民の健康改善につながりそうな取組みや、実際にご自身がされている取組みで工夫されていることがあればお話していただければと思います。

まず、先ほどベジチェック®の話もありましたが、医師会ではどのような取組みをされているかご紹介いただければと思います。

【松井構成員】

ベジチェック®の測定は確か集団検診等での活用が主になりますよね。

【事務局】

そうですね。医師会様では集団検診の会場や、小倉医師会様にお貸しして、その場で検診に来られた方に測定してもらい、かなり盛り上がっているようです。たくさん健診機関で実施していただいています。市の医師会様からも各健診機関に活用をお願いしていただいているところです。

【松井構成員】

それと医師会の取組みとして、今年3月29日市民健康セミナーを開催し、講師の先生から乳がんについてお話をしていただきましたが、来年3月28日(土)にアシスト21の2階で市民健康セミナーを開催予定です。今度は骨粗しょう症について、整形外科の先生に1時間講演をしていただく予定です。

そこでも今年の開催と同じく、乳がん検診や骨粗しょう症検診、フットケアと足の測定等を行う予定です。

【濱寄構成員(座長)】

情報提供ありがとうございます。それでは、女性の健康の話が出ましたので、北九州商工会議所女性会の池浦構成員からお話を伺いたいと思います。

【池浦構成員】

私の会社の話になりますが、人数が少ないので、生理の問題については実際に社員の気分が優れないとき等は私が相談を受けていたこともあります。先ほど説明があった「はたらく×生理」ハンドブックについては未定稿ということですが、いつ頃完成になりますでしょうか。

このようなハンドブックがあれば、男性にも読んでいただけますし、生理の問題について直接口で伝えるのはなかなか憚られることもあるようですが、ハンドブックを読んでもらえれば男性社員の方にも理解していただきやすくなるのではないかと思います。ぜひ、早めをお願いしたいと思います。

【事務局】

この「はたらく×生理」ハンドブックについては、ほぼ完成しており、今週(11月20日)の報道発表で完成したことを発表したいと思っています。

今からこのハンドブックを市内の中小企業に配布していきますが、一度に全企業に送ることは難しいため、少しずつ送らせていただく予定です。

あとは、生命保険会社様のお力を借りて、それぞれ企業訪問時にお渡ししていただいたり、業界団体の集まり等企業のトップの方が来られるような場面で、ハンドブックの配布や、市職員からの説明をさせていただいたり、研修用動画の活用をお願いする形で相談させていただきたいと思っています。

また、皆様の団体や、「働く世代の健康づくり推進会議」の構成団体等、様々な関係者の方に相談しながら進めていきたいと思いますので、発信の機会や、企業の方の集まりについての情報等を教えていただくと助かります。

【池浦構成員】

北九州商工会議所から毎月送られてくる広報誌(北商ニュース)がありますが、その中に挟み込んでもらう等はやさくないでしょうか。

【事務局】

そうですね。現在、北九州商工会議所様にも広報について相談させていただいているところです。

中小企業の経営者の方の中には、なぜ女性だけに対し取り組むのか等、色々な考えの方もおられると聞いていますので、どのように発信していくかについてはよく検討したいと思っています。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。女性の健康について、産業医科大学様からも何か取組み等ございましたらお願いいたします。

【大河原構成員】

遅れての参加となり申し訳ありません。産業医科大学の大河原と申します。産業医科大学では厚生労働省委託の事業である働く女性の健康に関する研究を行っています。

ハンドブックについては、我々でもなかなか作れないようなとても素晴らしい内容のものになっていると思いました。

生理については、女性はその期間中に大変な思いをしたり、場合によっては仕事がいつものようにできないという状況があるため、取り上げる特集として非常に意味があるものだと思います。

他、たとえば更年期症状に関しても同じような啓発ができると良いのではないかと思います。

【事務局】

そうですね。まず第一弾として、経済産業省のアンケートでも月経随伴症状が働く女性の一番の困りごとというところで、生理の問題から始めているところです。

更年期症状についても多くの人が悩んでいることが明らかになっていますが、取組みについては難しいところがあり、市としてもホルモンの関係ということで効果的な啓発がなかなかしにくい分野であるため、産業医科大学様や皆様の知見等もお借りしながら、どういった形で働く世代の方に情報を発信していけるか今後検討したいと思います。

今、厚生労働省でも更年期症状について、自治体で相談を受ける体制を整えることや、今後薬局等でも相談を受けるような体制を整える等の検討が進められていますので、地域の体制も整えつつ、どのような情報発信の方法が効果的か、ぜひ皆様のお力をお借りしたいと思っています。

【大河原構成員】

ありがとうございます。

以前、大企業で産業医をしていたときも更年期症状で相談に来る女性社員の方はほとんどいませんでした。保健師さんには相談されるのかなと思っていましたが、そういう訳でもなく、主に女性の産業医の先生に相談が来ていたようです。やはり相談先が複数あり、その中から相談できるところを選べるということがとても重要だと思いました。

また、更年期については実際にそうなる時期よりも少し前ぐらいの年代から啓発をして、実際に更年期になったときに備えられるようにしたり、研修をしていくことも大事だと思いますので、相談先と併せて検討していただければと思います。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。それでは働く世代の健康づくりに関連して、福岡産業保健総合支援センターの筒井構成員からご意見等あればお願いいたします。

【筒井構成員】

福岡産業保健総合支援センターの筒井です。

福岡産業保健総合支援センターの仕事の一つが、治療と仕事の両立です。これは十年間取り組んでおり、がんと仕事の両立については色々とノウハウが蓄積できているところです。

更年期症状や女性の生理の問題についても診断書を出して治療が始まれば治療と仕事の両立支援ということになりますが、今の中小企業の対応や配慮の状況を見ると、女性や若い人等に対する優しさが足りていないと感じています。

その中で現在の若者が、自分たちの将来に対して夢を持てないのではないかと思います。

管理職の年代の方が若かったときの状況と、現在の若者の状況は当然違ってきていますが、その違いについて思いやるような優しさが足りていないのではないかと思います。

せっかく若い方も参加されていますので、ぜひ意見も聞いてみたいと思っています。

それから、私たち、この会議のメンバーもその観点で物事を考えて進めていければ良いのではないのでしょうか。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。今お話が出ましたので、Z世代課パートナーズの田村構成員からもお話を伺ってもよろしいでしょうか。

【事務局】

働く世代の健康づくりの話が出ましたが、若い方が就職するときに何を重視するかというと、以前は給料ややりがい重視の方が多かったようですが、今は福利厚生やワークライフバランス等を重視して会社を決めていくという話を聞きます。ただ、なかなか中小企業の方から話を聞くとワークライフバランスや福利厚生に面にお金等をかけられないようで、企業の経営者の方と、今の若者が求めているところのギャップがあるような気がします。田村構成員からも、働く企業に求めるところや、特に健康への配慮等で思うところがあれば教えていただければと思います。

【田村構成員】

私はまだ学生で、あと二年後ぐらいに就職活動があります。その時に働きたい企業を考えると、やはり自分が結婚をして子供を授かったときに支援をしてくれたり、女性だけでなく男性への支援をしてくれるような企業が増えてほしいと思っています。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。私は今女子大学で勤務していますが、やはりメンタルヘルスの相談をよく受けておりまして、学生への対応や支援も考えていかなければならないと日々実感しております。

【WomanWill 推進室】

政策局 WomanWill 推進室です。今ご意見いただいた男性への支援について補足させていただきます。

今、国でも、女性活躍や女性の社会進出についての取組みが進んでいますが、北九州市でも、女性が北九州市に「住み続けたい」、「暮らしたい」、「働きたい」と思えるようするため、今の北九州市には何が足りないか、どうしてほしいかというリアルな「生の声」を直接聞くという取組みを進めています。

もちろん女性の社会進出は大切ですが、女性のキャリア支援や、女性の両立支援等、対象が女性だけに偏り、女性だけを頑張らせるような取組みばかりが目立つところがありました。

女性が社会進出する場合には、やはりそのカウンターパートである男性に対してもワークライフバランスを進めて、家事や育児を支援することが非常に大切と考えています。

それらを踏まえ、若手の女性グループで市に政策提言をするという事業を実施していますが、そのグループの1つからも、北九州市で女性だけでなく、男性のライフに対する要望も考えてくれるような企業を認定する制度を作ってはどうかという提案もありました。

今の若い方は、仕事も家庭も夫婦と一緒に取り組みたいと考え、それができるような企業に就職したいという思いが非常に強いと実感しています。

市としても、このような声を踏まえ、今後の施策として、女性だけでなく男性も一緒に歩んでいけるような企業を応援する市を目指していきたいという思いがあります。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。

それでは少し時間ありますので、他ご意見等がありましたらお願いいたします。

【小畑構成員】

北九州市食生活改善推進員協議会の小畑です。

先ほどベジチェック®のお話が出ていましたが、市民の皆さんに1日350グラム野菜を摂りましょうという取組みで、とても多くの方がベジチェック®を活用してくださったということがよく分かりました。

野菜をどれくらい食べたかということを実際に見ることができるのはもちろん、チェックをして足りなかったときに一日どれくらい野菜を摂っているだろうと気付かせるきっかけにもなると思うので、市民の方も、もっと興味が持てるのではないかと思います。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。それでは健康づくり推進員の会の方からもお願いいたします。

【木庭構成員】

先ほど働く世代の健康づくりについての話がありましたが、私たち「北九州市健康づくり推進員の会」は、各校区で活動しており、団体で健康づくりに取り組んでいます。

現在、620名ほど会員がいますが、皆さんそれぞれの校区で地域の健康づくり活動に取り組んでおり、色々な企画をしたり、ウォーキングや座ってできる体操や朝のラジオ体操等も実施しています。健康寿命を延ばすため、市の方針に基づいて活動していますが、主にシニアの方が主体となって、皆さんが健康で明るく生活できるように活動を頑張っております。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。それでは、北九州市歯科医師会の中島構成員からもお話を伺いたいと思います。

【中島構成員】

北九州市歯科医師会の中島です。ベジチェック®に関して、口腔機能と栄養についての話になりますが、野菜を摂取するのも大事ですが、咀嚼できるかということも重要だと思います。

噛めない理由については、歯の欠損で噛めない等、様々な理由があると思いますが、今は若年層でも咀嚼能力が落ちてきて噛めない、という問題が出てきています。

よく噛んで食べなかったり、昔と比べて硬い物を咀嚼して食べることが減ってきています。

栄養を摂取するためには、当然咀嚼も重要となるため、野菜を摂っても咀嚼ができていなければ十分な栄養も摂れなくなると思います。

ですので、ベジチェック®を活用した啓発にも咀嚼の重要性についての内容も盛り込んでいただければと思います。口から全身の健康に繋がるということを啓発していければと感じました。

あと、歯科検診の受診率が本当に低いので、もう少し上げていきたいと思っています

そのための方策を歯科医師会でも考えていますが、ぜひ市にもご協力いただきたいと思っています。

【事務局】

ありがとうございます。今度、食生活改善推進員の研修で、歯科医師会の先生に講師として来ていただいて歯科・口腔と栄養の関係について講演をしていただく予定ですので、そういった連携をしながら、ヘルスメイトの方からも歯と口の健康について発信をしていただく形で連携をしたいと思っています。

歯科検診の受診率については約5%と低い状況ですが、アンケート調査の結果によると、市民の半数近くは過去1年間で1回程度は歯科を受診しているというデータもあり、半年～3か月に1回程度の定期的な受診に繋がるような取組みができればと考えていますので、歯科医師会様とも継続的に相談させていただきたいと思います。

市の健康づくりについて、行政ができる取組みの範囲には限界があり、やはり地域の関係者である皆様の力を借りて取り組んでいく必要があると思っています。



地域におきましては健康づくり推進員さんや、食生活改善推進員さん等活動されている方がいますし、働く世代に関しては国内で唯一の産業医養成機関である産業医科大学や地域産業保健センターもございます。

栄養関係は、西南女学院大学、九州女子大学、九州栄養福祉大学と栄養士の養成大学も3校市内にあり、北九州市にはそういった健康関連の団体がしっかり揃っていると感じております。

これまで市の連携がなかなか上手く取れておらず、皆様とベクトルを合わせて、市全体で機運を醸成して同じ方向に向かって取り組むということができていませんでしたので、こういった会議の中で情報共有をさせていただいて、市全体として、まずは機運を醸成していった盛り上げ、そこから個別の企業や市民の方に、地道にリテラシーを啓発していくような取組みも大事だと思います。ぜひ、今後も連携をお願いできたらと思います。

【濱崎構成員(座長)】

ありがとうございます。最後に、先ほど薬局についてのお話がありましたので、北九州市薬剤師会の安田構成員からお話をお聞きしたいと思います。

【安田構成員】

**資料1-1**の話でもありましたが、厚生労働省が健康増進支援薬局というものを推し進めています。そこでも今話に出ているような内容を盛り込んでおり、病院に行く前に、健康な状態で薬局に相談に行き、病気になる前の段階で未然に防ぐための支援が薬局にも求められています。

たとえば、先ほどのベジチェック®を活用して、栄養士が薬局で栄養指導を行ったり、他には睡眠の状態をチェックする機器を貸し出し、そのデータ等から受診勧奨をしたり、カウンターで健康の相談を受けたりするような取組みです。

他では倉敷市が薬剤師会とタイアップしており、啓発してがん検診の受診促進がどれだけ上がるかという事業をしたりしていますが、市の薬剤師会でもそのような事例を見ながら、北九州市でも何かできたらと考えています。

なかなか機器の費用の問題等厳しい面もありますが、市と連携しながら少しずつ地域の方に貢献できるような取組みをしていきたいと思っています。

【濱崎構成員(座長)】

ありがとうございます。それでは終了時刻も迫ってきておりますので、最後に、構成員の皆様からお知らせしたいことなどありましたらお願いいたします。

【永野構成員(副座長)】

理学療法士会の永野です。皆さんの発表について、大変勉強になることばかりでした。こちらは理学療法士会ですので、運動指導ということで企業等に伺っております。

私の職場で5歳から高齢者までを対象として運動指導を行っている中で、事業者の方の中でも、1次産業の農業や八百屋を営んでいる方は朝3時から夜8時というリズムで生活をしている方もいます。

そうすると、自営業で一年中365日仕事しているため、健診に行く時間もなく、なかなか運動をすることへのハードルも高いという状況です。

企業の管理職の方へアプローチすることも重要ですが、農業、漁業等の1次産業の方へも届くような取組みが重要だと考えています。

また、子どもに対しての啓発ですが、社会に出てから女性の健康づくりに取り組むというより、小学校・中学校の思春期の段階での啓発も重要と考えます。会社では生理休暇制度がありますが、学校では生理になっても公休になることはありませんので、生理に悩む幅広い世代の方に向けて支援するような体制や啓

発が大事だと思います。

【濱寄構成員(座長)】

ありがとうございます。

事務局には、本日の意見などを踏まえ、引き続きしっかりとプランを推進していただきたいと思います。

#### (7)その他

【濱寄構成員(座長)】

最後に事務局から連絡事項があればお願いします。

【事務局】

濱寄座長、構成員の皆様、貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

今後の取組み等に活かして参りたいと思います。本日、非常に参考となるご意見も多くいただきましたので、また個別に相談に伺うこともあるかもしれません。その際はご対応いただけますと幸いです。

繰り返しとなりますが、今週末11月23、24日に開催する「YOBOWEB」のお知らせです。11月23日(日)16時から武内市長と堀江貴文さん、中上真亜子さんなどが、女性の健康を切り口にした予防医療に関するトークセッションを行います。本日紹介したハンドブックも会場で配布予定です。以降も配布をしていきたいと思いますので、皆様の団体内などで幅広く周知いただき、たくさんの方にご参加いただければと思います。どうぞ、ご協力をよろしくお願いいたします。

会議時間も限られていましたので、本日伝えられなかったご意見等がありましたら、本日お配りした「第1回北九州市健康づくり推進会議 議題に関するご意見について」にご記入いただき、11月28日(金)までに、事務局へメールまたはFAXで送付してください。特にない場合の連絡は不要です。この様式については、明日以降メールで送らせていただきます。

本会議は年1回の開催予定のため、次は令和8年度に開催予定です。

最後になりますが、本日の会議の議事録については、冒頭でご説明しましたとおり公開することとなっています。後日、事務局で議事録を作成し、皆様にお渡しするとともに、市のホームページにも掲載させていただきますので、ご了承ください。

その際ですが、議事録の確認については、座長にお願いしてもよろしいでしょうか。

【濱寄構成員(座長)】

議事録の内容確認は、私に一任するということですが、皆様よろしいでしょうか。

(異議なし)

それでは、事務局よろしくお願いいたします。

#### (8)閉会

【事務局】

最後に、「はたらく×生理ハンドブック」は未定稿のため、回収させていただきます。机の上に置いて帰ってください。それでは、これをもちまして、「第2回北九州市健康づくり推進会議」を閉会いたします。ありがとうございました。